

١٤٠ طالباً جامعياً يشاركون بمخيم تدريبي للكشافة ببيشة

جولات صحية وتثقيفية على أسواق جدة

أحمد سعيد ، جدة :
تم إصدار ٢٢٠٤ رخصة بقمع الاسواق وصحة البيئة بفروع امانة مدينة جدة خلال عام ١٤٠٤ بناء على التقارير الواردة من قسم صحة البيئة والاسواق المركزية بالامانة .
كذلك قامت الاسواق التابعة للاسواق بمراقبة وتفتيش ٢٧٨٢٧ محلاً حيث تبين ان ١٧٧٠٢ محلات مخالفة للأنظمة والشروط التي وضعتها الامانة . وقد تم توجيه اغلاق ١٥٨٧ محلاً لمدة يومين فاعلر لانتهاكها للأنظمة الصحية .

اربع دورات تدريبية نفذتها وزارة المعارف بمناطق المملكة

يحيى مفرح زريقان ، الرياض :
نفذت وزارة المعارف اربع دورات تدريبية بكلية المتوسطة بالطائف شملت دورة الفقه والتفكير التربوي ، الدورة التأهيلية في الرياضيات لفرعيات الكليات المتوسطة ودورة بالكلية المتوسطة بالرياض للقياديين في مجال تعليم الكبار ودورة في الكلية المتوسطة بالها للقياديين في تدريس الرياضيات .
وقد بعث الدكتور سعد الجازم - وكيل الوزارة للشئون الفنية بخطابات الشكر لعدد من الكليات لمساهمتهم في تسهيل مهمة المشاركين في تلك الدورات من مشربين ومدرسين ومعلمة اشرف .

تأمين سيارات لنقل طلاب صبياء

عمر غورية ، جيزان :
تقوم ادارة التعليم بصبياء بتأمين سيارات لنقل الطلاب الى مدارسهم من طريق شاقصة تطرح للخدمات المتخصصة .
وقد شكلت الادارة لجنة لتقسيم المنطقة لاربع مجموعات حسب رغبة المؤسسة التي ستقوم بنقل الطلاب بعد تأمين السيارات اللازمة لتبدأ في عملها اعتباراً من العام الدراسي الحالي ١٤٠٥/١٤٠٤ هـ .

طلاب الخيم الاسلامي يواسون مرضى مستشفى ينبع

يحيى درويش ، ينبع :
قام عشرون طالباً من المشاركين في الخيم الاسلامي ببنين بزيارة لمرضى المستشفى العام المركزي ببنين لمواسمتهم وبعث الامل بالشفاء في نفوسهم ، وذلك ضمن برامج الزيارات والتشاملات لطلة الخيم بالمنطقة هذا العام .

على عطالله ، الرياض :
اقام مخيم تدريبي للكشافة والجوالة بجامعة الامام محمد بن سعود الاسلاميه بمدينة بيشة واشترك فيه حوالي ١٤٠ طالباً من الجامعة من الجوالة والكشافين .

كما ضم مخيم القصيم كلا من كلية العلوم العربية والاجتماعية وكلية الشريعة واصول الدين بالقصيم .
وضم مخيم الاحساء كلية الشريعة والدراسات الاسلامية بالاحساء ، وضم مخيم ابها فرع الجامعة بالجَنُوب .
وقد نظمت البطولة على اساس الدوري من دور واحد ، وكانت تتألف الفرق ان فاز جميع البطحاء بالمركز الاول ، جميع القصيم بالمركز الثاني ، جميع ابها بالمركز الثالث ، جميع لائز بالمركز الرابع ، وجميع الاحساء بالمركز الخامس .
وفي ختام البطولة ، قام الاستاذ سليمان العوده - وكيل عمادة شئون الطلاب بتوزيع الجوائز والميداليات على الفريقين الاول والثاني .

٢٣ مليون ريال تكلفة مدارس جديدة بصبياء

على السبيعي ، صبياء :
جولة على مدارس صبياء وقطاعاتها ، قامت بها اللجنة المكونة من كل من الاستاذ علي محمد الشعراوي ، المهندس عبدالرحيم عطا ، المهندس الكهرتاني محمد حامد ، والاستاذ محسن محمود درويش ، بامر من مدير تعليم المنطقة .

وتوجهت اللجنة كلاك الى قريتي عقدة عيس والشويش لاستلام مدرستين ابتدائيتين قامت بتشيدهما مؤسسة وطنية تحت اشراف المكتب الاستشاري .
وسوف تقوم الادارة بتأسيس هذه المدارس واكمال اللوازم التعليمية بها ، حيث تم انشاؤها ضمن عشر مدارس

شئون واشجار متنوعة على طرق الشفا

قبتان الغامدي ، الطائف :
فرع بلدية الطائف بالشفا فرغ من زراعة اكثر من ٢٤٠٠ شتلة وشجرة من مختلف الانواع كالكاكافور والجهينة والسرو والتوت ، حيث شملت اعمال التشجير الهضبة الوسطى لطريق الشفا - الطائف ، والمثلثات الواقعة على الطريق بطول ١٥ كيلومتر . كما تم البدء في حفر بعض المساحات لزراعتها .
وتكر مدير الفرع - الاستاذ ضيف الله الحارثي - بان قسم صحة البيئة بالفرع قام بمحلات مكثفة على محلات البيع - وصاحب خمسة الاف صنف من الانظمة والطبائ والمشروبات والايان والمواد والخضروات كما تم اغلاق ٢٧ محلاً مخالفاً للشروط الصحية ، وتكليف شركة النظافة بازالة السيارات الخربة والاشجار والصناديق الملقاة على جوانب الطرق وازالة النفايات اولا باول ، واضاف ان القسم الخاص بالتدبيرات قام بايقاف الاحداثيات والتدبيرات بالنظافة ، وقام المراقبين جولات مستمرة ايام العطلات لازالة ٢٠٠٠ خيمة و٢٧٠٠ صندوق ٤٢٠ مبنى ازالة اجبارية .



لقطة وتعليق

العديد من مواقف السيارات الواسعة والمنسقة يتم احداثها في مدينة الرياض بمختلف المواقع والاحياء ومناطق المؤسسات والوزارات الحكومية لتستوعب الاعداد الكبيرة من السيارات التي تزخر بها المدينة .

وهذه اللقطة توضح احد المواقف بالقرب من معهد الادارة للعلمة وتقبلها لقطة تسمى ان - الجمل - وسيلة النقل قديما ، غدت محمولة على وسائل النقل الحديثة ، وسبحان مغير الاحوال .
تصوير : السيد علم

مدرسو الرس مطالبون بالانضمام في الدورات التدريبية

فهد الشلاح ، الرس :

عدد من الدورات التدريبية الخاصة بمناهج المرحلة الابتدائية بإدارة تعليم الرس بدأت باشراف المختصين وتشمل دورة العلوم والرياضيات ، التربية الاسلامية واللغة العربية .

كما يشتمل التدريب على مناهج المرحلة الابتدائية من الصف الاول الى السادس وتستمر برامجه مدة ثمانية اسابيع .
وقد تم اختيار المعاضرين من موجهي الادارة ومعاضري الكليات المتوسطة ومدرسي المرحلة الثانوية وتحفيظ القرآن الكريم من ذوي الكفاءة كل حسب تخصصه للاستفادة من الخبرات المتاحة .

وستقام في الفصل الدراسي الثاني دورة في التربية الاسلامية للمرحلة المتوسطة والثانوية ودورة اضافية في الرسائل التطبيقية واول الاستاذ على العامر الفضيل رئيس قسم التدريب بإدارة تعليم الرس انه يتحتم على المدرسين الانضمام في هذه الدورات بالحضور في المواعيد المحددة لذلك للاستفادة منها في رفع مستوايتهم التحصيلية حتى يمد ذلك بالنفع على الطالب خاصة وان نظام التعليم يكل للمدرس مسؤولية عالية تتراوح بين ٣٠ - ١٠٠ ٪ من الراتب .

وفيما يلي تشتر : عكافه اسماء المدرسين الدارسين بهذه الدورات .

دورة العلوم والرياضيات :
عبدالله صالح الغشم ، محمد الصالح الصافي ، صالح عبدالله الغشم ، عبدالله محمد الواس ، عبدالعزيز عبدالله الغفيل ، صالح علي الرقيب ، صالح ابراهيم العجوي ، محمد الصالح الحمار ، محمد

مدينة خبز

● املح :
الى مقرها الجديد انتقلت الاتصالات السعودية باملح بعد استئجار مبنى يضم ادارة الخدمات والتكسي والادارة العامة والشبكة الاتصالية وقد تم تنظيم سير العمل وترتيبه على الوجه المطلوب .

● الرياض :
امتحانات اعمال السنة للفصل الدراسي الاول للعلم الجامعي ١٤٠٥/١٤٠٤ بكافة اللغات العربية والعلوم الاجتماعية بابها بدأت اسس الاثنين حيث تتم امتحانات المتقدمين في الفترة الصباحية والفترة المسائية .

● جدة :
دورات في اللغة العربية للتأهيل التجاري جولة قامت بها مؤسسة ابن الصديق بهدف تدريب طلابها بطرق الحديثة بالادارة التجارية وما تشمله من اكاديميات وتشاقلات ومعارف حتى

● تبوك :
زيارة لادارة منطقة تبوك للاتصالات قام بها مرافقة عدد من الاساتذة حيث استقبلهم المهندس زياد عبداللطيف ابو زائدة مدير المنطقة ومساعدوه وقدم لهم شرحاً وافياً عن جهود وزارة البوق والبريد والهاتف في تحسين وتحديث اجهزة الاتصالات بكافة مناطق المملكة التي تبلغ حالياً اكثر من ٤٠٠ مدينة وقرية شملتها هذه الخدمات .

● الدمام :
دورات في اللغة العربية للتأهيل التجاري جولة قامت بها مؤسسة ابن الصديق بهدف تدريب طلابها بطرق الحديثة بالادارة التجارية وما تشمله من اكاديميات وتشاقلات ومعارف حتى

تنبيهات هامة للسادة المستوردين

اسهاماً من

مجلة س الفرف التجارية الصناعية السعودية

في زيادة الوعي التجاري ونشر المعلومات التي تكفل حماية مجتمعنا التجاري والصناعي من حوادث القرصنة والغش البحري والتجاري فان المجلس يناشد المؤسسات والشركات بضرورة اتباع الخطوات الموضحة بعد عند التعامل مع شركات أو مؤسسات بالخارج .

١- الاستعلام عن كل شركة أو مؤسسة أجنبية قبل التعامل معها؛ وذلك بواسطة الغرف التجارية السعودية والأجنبية، والبنوك، والمخبرات التجارية الأجنبية بالمملكة، والمخبرات التجارية السعودية في الخارج، ووسائل الاستقصاء الأخرى.

٢- التحاقف كشائياً، وليس بطريق التلكس أو افاخاف، مع اختيار أحد العقود الدولية INCOTERMS، مع اضافة الشروط التفصيلية وأهمها مواصفات البضاعة، مع ارفاق نسخة من المواصفات الرسمية السعودية إن وجدت.

٣- الاهتمام بالنص في العقود على التزام الجانب الأجنبي بالتعاقد مع شركات نقل بحري سعودية، فلها الأولوية الأولى، حيث يأمن المستورد من الغش البحري والقرصنة البحرية. اذا لم تكن هناك خطوط بحرية سعودية تغطي المنطقة فيستحسن تفضيل الخطوط الملاحية الخليجية أو العربية.

٤- في حالة عدم وجود خطوط ملاحية سعودية ولا خليجية تغطي منطقة النقل البحري، فعين الاهتمام بالاتفاق على الشحن على الخطوط الملاحية المنتظمة CONFERENCE LINERS وتجنب الشحن على السفن المستأجرة CHARTER PARTY VESSELS حيث يحدث فيها كثير من حوادث الغش البحري والقرصنة. ويجب في هذه الحالة النص عليه في عقد الشراء الدولي للمجلس والغرف التجارية.

٥- والاعتماد المستندي، حتى يمكن البنك من مراقبة بوليصة الشحن، وعدم صرف قيمة الاعتماد عند المخالفة.

٦- نحذر السادة المستوردين من استيراد بضاعة دون التأمين عليها، مهما كان نوع التعامل مثل C & F أو FOB أو EX WORKS، فيجب اضافة التأمين، مع اختيار نوع التأمين الذي يغطي جميع الأخطار البحرية العادية والخرية.

٧- ننصح بالنص في عقد الشراء وفي الاعتماد المستندي، على ضرورة وجود شهادة معاينة تصدر من شركة معاينة بحرية يسميها المستورد، تفيد صلاحية البضاعة ومطابقتها للمواصفات بعد التفتيش عليها في ميناء الاقلاخ، وبذلك يمكن للسلك أن يمنع عن صرف قيمة الاعتماد عند عدم وجود الشهادة، ويوجد بالأمانة العامة للمجلس والغرف التجارية بيان بشركات المعاينة البحرية في الموانئ افاخة يمكن الحصول عليه.

تعلن... شركة دافك دالاه

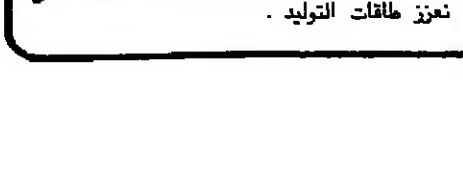
على أن تتوفر في المتقدم الشروط التالية :
● أن يكون حاصلاً على شهادة الكالوريوس في « إدارة الأعمال »
● أن تكون لديه خبرة ٦ سنوات في الأعمال الإدارية .
● يجيد التحدث باللغتين العربية والإنجليزية .
● تغطي الأولوية للسعوديين ، ثم مواطني الدول العربية الذين يحملون إقامات قابلة للتحويل .
تقدم الطلبات شخصياً إلى : قسم شؤون الأفراد بالمكتب الرئيسي بجدة - شارع فلسطين - تجاه الشرف - عمارة بيج دله بجوار مدرسة دله لقيادة السيارات - ت ١٧١٠٠٠٠ - حدة ما بين الساعة الثامنة صباحاً وحتى الساعة الرابعة مساءً .

شركة رضايات وكلاء

تعلن عن	الباخرة	رقم الرحلة	وصول حدة	وصول الدمام
أوشن كوماندر	٢٧	٤	١٩٨٤/١١/٦	١٩٨٤/١١/١٣
المدينة	٢٦	٤	١٩٨٤/١١/١٧	١٩٨٤/١١/٢٤
بيلا	٢٠	٤	١٩٨٤/١١/٢٥	١٩٨٤/١٢/٢
أوشن كوجند	٢٨	٤	١٩٨٤/١٢/٣	١٩٨٤/١٢/١٠

المربوع السارة العملاء الذين لهم رضائع على البواخر المذكورة بسرعة الاتصال بنا لاستخدام رضائعهم في المال بعد تقديم البوالص الأصلية ، أو خطاب الضمان من البنك . كما يعلن وكلاء البواخر عن عدم مسئوليتهم لعدم حصول العملاء على أذون السليم الخاصة باستخدام رضائعهم في مرافقات الأسبانيا ولزيت من المعلومات ترميها لالتصالي :
جدة - تليفون : ٦٦١١٣٣٣ - تليكس : ٤٠٣٢٥٨ - سي لايت ارس جي - الرياض - تليفون : ٤٧٩٢٦٢٦ - تليكس : ٩٠٢٧٩٠ - تانكو ارس جي - الخبر - تليفون : ٨٩٤٨٠١١ - تليكس : ٦٧١٢٤٤ - سي لايت ارس جي .

النهضة العمرانية والتقدم الحضاري في المملكة - أعداني أزيد الاستعداد



1. *Journal of the American Medical Association*, 1997; 277: 1033-1037.

البنك الزراعي بمنطقة حائل
قدم اكثر من مليار ريال قرضا
للمزارعين منذ انشائه
واس (حائل) :

قام بتنظيمه: شركة ادارة المركز التجاري -
تليفون: ٤٧٢٢٠٠ تلكس: ٤٧٤٧٤ ديتك اي ام دبليو
يسمح بدخول الاطفال ما دون ١٢ سنة (ب)

رسالة فائزة

لرئيس الامريكى بعد فوزه فى انتخابات الرئاسة الامريكية

وہكذا .. یقینی ن
النهاية سطرًا أفتقيا
محدداً قفوة قفوة لك
هذه المشاعر .. الا وه
تربية الانسان ويثبت
التي تزعزع فيها .. فهي
التي تحدد لك هذه
الشاعر بإظهارها للسعد
والمميز والعرف ..
●●● لحل الكلام ..
أرسمك في
داخلي .. فوق نضبات
قلبي .. وعلى أهدائي
أعرفك أنت .. لكنتي
سائق في محبة
الانتظار !
محمد
المسعودي
باكستان - الكلية

تحيات

أمنيات !

ليبتني قلما أرسم به حروف الود بين يدك
وليبتني وردة تلمس قلبك برحيقها المزلزل
اليك .. كم أتمنى أن أكون عصفورا يغرد
دوماً على صمغك ليبتني شمساً هواء باردة
تستبلك في كل حين وأخيراً ليبتني شمساً
تضيء الطريق إذا اظلمت للدروب في
طريقك ..

المقهى بدلاً من المدرسة !!

تعاوان ولي أمر الطالب مع المدرسة من خلال متابعة وضع ابنه بالمدرسة فالمطالب اذا لخص بهذه المتاعفة فلا شك ان انه قد يستحسن وضعه بما يحق له .
 الذجاح ان شاء الله .

المدرسة ويدخل الطالب داخل السور فيخرج مرة اخرى ويتوجه الى القوب

مقهى يجاور المدرسة وهناك يمضي بقية اليوم الدراسي

ولا شك ان هذه الظاهرة لا يمكن القضاء عليها الا

ظاهرة سببة للغاية تتمثل في تسرب بعض الطلبة من المدارس والاتجاه الى المقاهي وهذه الظاهرة منتشرة بشكل رئيسي في بعض المدارس حيث ان الطالب بمجرد ان يوصله ولي امره او متعمد النقل الى باب

أحمد	خالد	عبد العزيز
العنوان : جدة برحة بندر عمارة عمر بلقصر	العنوان : صالح البدائي	الاسم : عبد العزيز
الاسم : أحمد عمر بلقصر	العمر : ١٨ سنة	العمر : ١٨ سنة
العمر : ٧ سنوات	الهواية : السباحة - ركوب الخيل - اتصا	الهواية : السباحة - ركوب الخيل - اتصا
الهواية : مشاهدة الرسوم المتحركة	جدة - جامعة الملك عبد العزيز	جدة - جامعة الملك عبد العزيز
العنوان : برحة بندر - عمارة عمر بلقصر	الاسم : خالد عمر بلقصر	الاسم : خالد عمر بلقصر
	العمر : ١٢ سنة	العمر : ١٢ سنة
	الهواية : كرة اللد	الهواية : كرة اللد

عينيها تحت الطيور الصائغ التي جمعت له الفلاس
صبيحة داخل قصص كبحر تشكو إلى الله .. سخطها ..
نظامها .. إلى جميع الانطاق قد جلت آخر لحظة ماء
نبيها .. ومضت ببهايا قصص البؤس (القصص والثر)
على من دنتي .. وأحبال ذلك !!! دقت النثر كثيرا
تلى لطمتي لمن .. بؤوية برك عليه .. بالاء .. هنا أو هناك
غير أنني لم .. أو شيئا سوى الجفاف .. الجفاف ..
والأى .. عاهي !!!
● ثم مره إلى مسافات قليلة حتى رايت أحد الغزلان

العلماء حلقن حديد
 وبيتنا الخليل
 يستحلل من النفاقة لانه
 من الاموال فدا تعود
 الانسان في النفاقة
 منذ توعية افكاره فهو
 لا شك سوف يحرص
 عليها في بقية ايام
 حيات .. من هنا فمن
 الواجب بالعلم ان تعود
 طلبة المدارس على
 النفاقة من قبله القليلة
 الكبرى للتطبيق العلمي
 والعمل بهذه المفهوم
 الى نضاي به .. ومع
 الاسف الشديد نجد ان
 : ٧ : ٧

د. مريم فتح الدين
مستشفى الملك فيصل
الشعبة - مكة المكرمة

شحول الفن

الفن واجهة التقدم الحضارى .. يبنى الصبغة
الجمالية على التطور على روضة الحياة .. وهو الأثر
الذى تشعب كل مكان في وقتنا الحاضر .. وفي الغزل أو
الشاعر أو العمل ..

إنسان في هذه الحياة تدور خاص للفن سواء في
الموسيقى أو الشعر أو الفنون التشكيلية أو غيرها ..
الفنون التي تمتد من خصوصية الكفة إلى عمومية
الحياتية .. ويمسك بال كل هو زخاير الإنسان إلى
السوق ليقتنى شيئا ما .. فانه يجيب المحلات حتى
يقع على مايناسب ذوقه فيقتاتره لجماله أو غيرهما
الفنية !

عالم قاضي - ينبع البحر

بالمظافة فهو بمجرد أن
يتنفس من شرب
العصير تجده
بالعلة الفارقة في عرض
الشاعر يسلم بهذا
العمل في عدم نطافته ..
فما الذي يكلف عن أنه
الشخص لو أنه
شخص سلة المهملات
يقضها داخل البشارة
ويلقي بها كل الأشياء
التي لا يحتاج إليها
اليس في كل الطرفة
خطوة حجابية تدل
على ارتفاع الوعي لدى
المواطن !

مصطفى هندي

كيفية تربية الأطفال ،
وهذه مشكلة لم تحل في حياتها
على الطفل ، ويجب أن
نسلم أن الفضائل
السنوات الأولى في حياة
الطفل هي التي سوف
تشكل شخصيته فيما
بعد ، والتقدير منذ يعتبر
مرحلة التكوين غير
مهمة وإن الطفل لا يفهم
شيئاً ، ولكن الطفل
يلهم ويكتسب بكيفية
معاملة الآخرين تجاهه
وكيف يفهم من الممارس
المرتب وتبدأ كل هذه
الخطوط
العريضة شخصاً معيناً
فيما أن ينشأ سليماً من

ان يتجنب ملياً بالأحزان
والمتأسفات التي
زرعها الوالدان ، وان
تتكون مواقف التواء
مهمة فطرية الجوانب
الطعام ، ومبدأ لو
تطعن من البداية كيف
نربي أطفالنا واسلوب
التعامل معكم لكي لا
تجاهل نعمة العيش
الصحيح التي وفيهم
الله أباماً .

● موسي
حطاطي - كلية
الرفيق - أبها
قسم علم التربية

بريشة قاييـه



الأمومة

رسم : حنان الجحدلي
ثول - طريق المدينة

أنا ولليل

[illegible]

**ما هي الخفيات النفسية والاجتماعية لتحويل
مستشفيات وزارة الصحة لماذا لا تجري**

بمعنى أوضح هل هو
قصور في مقدرة الأطباء
المعروفين في مستشفيات
وزارة الصحة ما دفع
ذوي هذه الحالات إلى
توكيد شكايا السفر
والتكاليف التي أجزم
أنها بلغت 150 ألفاً كإننا
لم نعرف أبداً بصحبي على
الاستقبال... ولم
تضمن التحقيقات
أسئلة إلى الجهات
المتخصصة من صرحه.
الحالات وخاصة تلك
التي كانت في مرحلتها
الجامعية ؟
ثم ما هو دور الطب
الخاص في تهيئة هذه
البيئات المستقبل
خاصة لو أصبحنا
بمعروفنا صمبى مراحل
النمو النفسي وفي
مرحلة " البراعة "
التي تتكون فيها لدى

قرات التحقيقات التي
أضحت مكاناً بآثارها كما
أجريت لهم عمليات
أخرى ناهن بها إلى
مالم يشاء من الرجال
لا أني لم أصل إلى
جوية كافية حول
الأسئلة الآتية :

- ما هي الأسباب
القانونية التي
فعدت الأشخاص
موضوع التحقيق إلى
تخزين الحياة
الطبيعية. ولماذا لم يتم
إجراء العملية في وقت
بكر. هل السبب يعود
إلى الشخص نفسه أم
إلى الإجراءات الطبية
التي أجريت ؟ ثم
هل ذلك ؟ ثم
إذا لم يتم إجراء تلك
العمليات في مستشفيات
مكمية هل هو قصور
في الطائفت البشرية
التي تقابلهم في ذلك أم

الإنسان حساسية
شديدة تجاه أي نقد
يوجه له بالإضافة إلى
اعلمت بتعليقات
الجنس الآخر ما في
دور هذا النقد في
النكاح والنفرة
العقلية ؟ كما أنه من
المناسب طرح التساؤل
المفاتيح المختصين
بألموم القفعية حول
سورف الشريعة
الإسلامية من أطار
الشخص البشري في
رضان خلال الأعوام
السابقة أثناء حدوث
الأمراض الشهيرة من
مسألة الإرث ؟ مجرد
تساؤلات أطرحها
للتأشير.

سعود الجودي
مكة / جامعة
أم القرى

صيانة غابة رغدان بالساحة مستهرة

البلدية تقدم كل مايجاهم في تطوير السياحة

الى تشجيع السياحة والإصطاف بالمنطقة.. وغاية شعبة زوت بعدد من خزانات المياه وكراسي الجلوس وتفتيح الاسرعات التي تمتد الى الغابة.. يستقبلون البلدية بمراسلة جبهه هذه توسعة وصيانة هذه الغابة وتجديد الطرق الذي يغطي الطريق المؤدي اليها بعد ان تالت بعض اجزائه من جراء الاصطاف التي تمول على هذه المنطقة واستودى بالمرحلات الازلية وكل ما من شانه تشجيع السياحة بها.

السياحية خاصة وان هذه الغابة تشهد كل عام حركة سياحية نشطة بغسل القوتات الطبيعية التي يحاها لحد سجانة وتعالى بها محمد زورى سعيد مكة المكرمة

□ **في خضعتكم**

رئيس بلدية منطقة الباحة المهندس محمد حمدان عطية الغامدي اجاب:

- ان البلدية تحول المناطق السياحية ومنها الغابات اهتماما كبيرا في إطار خطتها الرامية

غاية و رضان و احدة من اجل الغابات الموجودة في المنطقة.. إلا ان المسؤولين في بلدية الباحة لم يولوا هذه الغابة الاهتمام المطلوب للتفريق الزموني اليها مرة بعد واحدة وفي بعض الاطوار كما انها بحاجة الى لرحلات بسيطة تعرف الزائر ارتفاع الغاية وموقعها السياحية.. محيدا لى قامت ببلدية الباحة التي تعتبر من تشتمل السياسات في المنطقة بهذا الدور الذي يمكن له ان ياتي بالغ تنمية الحركة

متابعان

● **الأخ :** سلام عبدالله عمر :
يمكث الاتصال مباشرة بتداعي الأملي بجدّة لبحث
إمكانية انضمامك إليه... مع تحياتي.
● **الأخ :** مراد عبدالرحمن الشمراني :
لقد أشركنا أكثر من مرة إلى عدم إمكانية التواجد مع
طلبتك نظرا لبعثك أكثر من طلب في رسالة واحدة
والكتابة على وجهي الورقة... ننتظرك رسائل أخرى...
وشكرا.

● **الأخ :** إبراهيم محمد شيخ مغفوري -
جيزان - أكبوس :
رغم كل الجهود التي تبذلها مكاتب مكافحة
التسول إلا أن البعض من التسولين يستغلون
الاجازات ورغبات رقابة العاملين في هذه المكاتب
ويعمارسون التسول بالطرق التي ذكرتها وما لم
تذكر... ولك تحياتي.

● **الأخ :** يحيى ناصر علي غروي - المعهد
القني للطيوان المدني - الظهران :

زاوية
يعد

الحالة هي النسبة المتوازنة بين النظم والعقود والقيود الطبيعية والادوية التي تسببها أسباب الاثر وقلة النوم فتعجزها متعددة ومنها المرضي وغير المرضي.

فهناك من يتغير بسببها عدد من يتغير معدل النوم وطبيعتها كما من يقوم بأعمال ليلية مثل الأطباء والحراس والمصانع وغيرها يتأثر عادة نومهم وأخذ وقتا حتى يجد تعديله على عادة الثقافة وأيضا في فترات الثقافة والراحة الكاملة أثناء النهار وعدم بذل مجهود فذلك يؤثر بالتالي على طبيعة نومهم. وهناك من الأمراض التي قد تؤثر على بداية النوم أي يجد المرضي صعوبة في الاستجاب للنوم وهذا يحدث مع القلق النفسي والاكتئاب والتأخر والتشنج وفريرتها والأمراض السكرية والكلى والامراض على الحبوب والكحوليات تصطب الشرايين.

ومنها الاستيقاظ المبكر وهذا يحدث مع الاكتئاب القلبي ومنها عدم الاستقرار والاستيقاظ عدة مرات أثناء الليل ومنها ما يكون مصحبا بانزعاج جسماني.

وإن ميكانيكية النوم عملية استيعابية طبيعية فمع الوقت يمكن

الأخ محمد د. و. من جدة يعاني من الأرق وقلة النوم... يطلب عدد شكلته هذه... ويسأل أيضا عن عدد المظلية يبيعها للنوم.

□ ويجب التذكور (سعيون تركي) الخاصتي الأمراض النفسية يستشفى الدكتور سليمان فقيه بجدة قائلا:

إن مشكلة الأرق قلة النوم هي مشكلة من أهم المشاكل التي تواجهها في عصرنا هذا. وأسبابها عدة ويتجنت طبيويتها وتقسيمها وتختلف من شخص إلى آخر.

إن الله سبحانه وتعالى جعل هناك النهارا والليل وليل والنوم واليقظة للنوم وهو عبارة عن مراحل متوالية تتوالى في الشخص الطبيعي يمر بجلالتي النوم والعقود والنوم هي العقيد الذي يكن مصحوبا بحركة العين وانقائها ويكن المولجدين أن يعلم وتختلف نسبة النوم في كل عمر من عمر الإنسان فخلد البدرع يختلف في نومه من الطفل والشباب وعن الجدل والمراه بعد الستين.

ويجب الساعات للنوم المحصى في فترة الشباب سبع ساعات تقريبا وتقل هذه الساعات بعد سن الستين إلى أربع أو خمس ساعات فقط والمهم في هذه

أمانتي ومطالبتي

شهران الثاني من السنة
بجوانية خمسة كلفوزات وات
من كبار البعث والبعث
والكبراء والماء. لا انا
تفاجئة ان رافق الشراة
الغريبة وانها. كما اننا
الغريبة الغريبة التي لا تفسى
العلماء الذين استعملوا
على جميع وزعيم في اتفاق
مملكة الغاية. فابل من
الجانب من تامل من السام
العلمة.

محمد حسين يحيى قر
تافع محسن وحسن

● نحن اهالي منطقة قيد الواقعة
الطريق السريع الذي يربط مكة
بالمنطقة التي تسمى
الضاحات الكبرائية التي اص
واحدة من مقبولة التي
الحضارية. خاصة وان القرى
بنا مع تدهد هذه كمنه
وزير لشؤون الكبرياء واه
المنطقة تتسع من مزارع
١٤٠٩/١٤٠٨ - ولا تاتي في
كما اننا بحاجة ماسة الى
المنطقة الصعبة في منتها
وان الدولة الرشيدة لا تاتي
سبل توفيق كل ما نر
الوطن واهله.

صلح محمد الراج
- قديم -

طاقة

تنفيذ طريق القليعة
• ينجح وفق الخطط

● قرية العيس التي تقع على ١٣ كم من مدينة ينجح بحاجة ١٢٠ سلة الطريق الذي يربطها به ينجح حتى تتمكن والقرى المجاورة لها من إكمال ما تمزج به من زراعي إلى مراكز الاستمارة والتوصيل في المدن الأخرى وحتى يتمكن السكان من الذهاب بسهولة ويسر.

عودة الجهني
- ينجح -

□ في خدمتك

مدير إدارة العلاقات والإستعلامات بوزارة المواصلات
 مصطفى مريش أباب
 - ستأخذ الوزارة هذا الطلب اعتبارها وستقوم بتنفيذه الأولويات والخطة.

تحياتي.

تطفي حسن خير الله - مكة

وعالمنا:

بخت نأسف لعدم تلبية

مع أسلوب الصلحة... ولا

1.م - ييشة :

أوصنا أكثر من مرة اننا

ننتظر منك رسالة أخرى

... ولك تحياتي.

صر علي خيرات كردي

اسم الأحد :

ما جاء في رسالتك إلا أن

موضوعك تشميا مع أسلوب

تحياتي.

صبيحي الحداد

انتظام النوم لو اعطينا وقتاً عليها ويوجد هذا التمرع على اسبوعين فيكون قد استقرت فيه النومات فان هذا ممكن ان يكون في العملية الطبيعية فإذا الاستمر في هذه الليلة يمكن للجسم تعويده الى الليل القادمة .

وهناك فرق كثيرة طبيعية للانسان الخلق فيها على شرب الحليب والبيض للجنه الا ان شرب الحليب والبيض او بشي ويذل ومنه واعداد الجسم للنوم وهناك كثيره منها بعد النوم غرقه للنوم فقط بعد ان يقرأ ما يخرجها - وعدم شرب المشبات الليل .

اما الحالات المرضية فانها محتاجه لمرورها على احد الامراض النفسيه والصمسيه على كل حاله في احتياج الى علاج مختلف

مع رسالتكم

● الاخ عيوش ابراهيم العله جده طريق معك في كل جده .

ان تلقى رسالتك الدكتور حسن وهه رئيس مركز السعودي لافاقته ما يمكن عمله التحية

كلمات متقاطعة

○ اعزاز علي احمد قنديل ○	
١٠ - ٦٤ ساعة - قائم من الخارج (صنف تجاري)	افقيا :
١ - ملحن سعودي	١ - مطرب مصري
٢ - بيسط ، من الحيوانات	٢ - بيسط ، من الحيوانات
٣ - نجمة	٣ - نجمة
٤ - جواباته (معكوسة)	٤ - جواباته (معكوسة)
٥ - بالانجليزية	٥ - بالانجليزية
٦ - سافرا بجرا ، ماركه ساعات شهيرة	٦ - سافرا بجرا ، ماركه ساعات شهيرة
٧ - مدينة فلسطينية ، خاصتى	٧ - مدينة فلسطينية ، خاصتى
٨ - معكوسة) جدا فى (اوراق)	٨ - معكوسة) جدا فى (اوراق)
٩ - مصنف ، صد (العدوان)	٩ - مصنف ، صد (العدوان)
١٠ - معكوسة)	١٠ - معكوسة)
١ - زحيم تركي من الانساء الخسنة	١ - زحيم تركي من الانساء الخسنة
٢ - اغنية شهيرة للبل مراد	٢ - اغنية شهيرة للبل مراد
٣ - متشابهان ، بوسطة	٣ - متشابهان ، بوسطة

[illegible]

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

لاناقتك

... ..

أسرار النجوم

الاسبوع الرابع :		الاسبوع الخامس :	
٦,٠٠	مسلة المصانع العربية بالخرجش الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ	٦,٠٠	مسلة المصانع العربية بالخرجش الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ
٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ	٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ
٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ	٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ
٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ	٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ
٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ	٦,٢٠	مسلة رعاية الشباب بجهة الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ
٦,٠٠	مسلة المصانع العربية بالخرجش الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ	٦,٠٠	مسلة المصانع العربية بالخرجش الخميس ١٥/٩/٧٨ هـ

